

## **РОЛЬ ОСОБИСТІСНИХ РЕСУРСІВ У АДАПТАЦІЇ ВИМУШЕНИХ ПЕРЕСЕЛЕНЦІВ ДО НОВИХ УМОВ ЖИТТЯ**

Внаслідок бойових дій, що тривають в Україні, значна кількість людей змушена залишати місця свого проживання, переселятися у нове для них соціальне середовище, адаптуватися до іншої системи цінностей. Сам процес адаптації внутрішньо переміщених осіб до зміни умов життя вимагає від них значних зусиль, наявності психологічних ресурсів, які визначають реалізацію продуктивних стратегій реагування в складних життєвих ситуаціях.

Входження вимушеного переселенця в інше соціокультурне середовище досліджується багатьма науковцями як процес акультурації, завдяки якому змінюються норми, ціннісні орієнтації, соціальні установки та досягається певна відповідність новій культурній дійсності [1].

Процес акультурації внутрішньо переміщених осіб в Україні має свої особливості. Існує культурно-психологічна подібність переселенців із Східного регіону з громадами Західного регіону, що приймають, проте є й відмінності соціокультурного характеру, зокрема у звичаях, цінностях, традиціях тощо [1]. Дані дослідження Л.Й.Гуменюк, А.О. Бреус свідчать про збереження молодими переселенцями зі східноукраїнських регіонів своїх регіональних культурних цінностей і про деяку подвійність у самовизначенні: прагнення до злиття з українським етносом і водночас виокремлення від нього [2, 120]. Виникає необхідність у взаємному пристосуванні шляхом безпосередньої взаємодії, в результаті формується нова соціальна ідентичність, адекватна новим умовам життя. Найчастіше вимушені переселенці стикаються з такими основними проблемами, як фрустрація їх базових потреб, і неприйняття їх членами громади, що приймає [4, 96].

Акультурація вимушених переселенців є стресогенним процесом і супроводжується психологічним потрясінням при зіткненні з іншою культурою, що отримало назву «культурний шок». Сутність культурного шоку – конфлікт старих і нових культурних норм і орієнтацій переселенця на рівні індивідуальної свідомості [7]. Виникає дана реакція внаслідок нездатності зрозуміти, проконтролювати та передбачити поведінку інших людей. У зв'язку з цим виникає тривожність, доки не сформулюються нові когнітивні конструкти для розуміння іншої культури і вироблення відповідних моделей поведінки [1].

Дж. Беррі для опису стресу, який відчувають переселенці в новому соціокультурному середовищі запропонував використовувати поняття «стрес акультурації» [6]. Спочатку стрес акультурації розглядався як форма аномічної депресії, тобто втрати цінностей і норм, пізніше, як окремих синдром, що містить у собі депресивні, параноїдні та тривожні симптоми. Як прояви стресу акультурації дослідники називають кризу соціальної, особистісної ідентичності.

Дослідники все більше акцентують увагу на вивченні психологічних ресурсів особистості вимушених переселенців, що допомагають адаптуватися їм у складних життєвих ситуаціях, слугують чинником протидії стресу [5].

Особистісні ресурси є потенціалом, що забезпечує високий рівень реалізації активності вимушених переселенців, досягнення певних цілей. Більшість дослідників як особистісні ресурси розглядають такі риси, як воля, сила «Я», локус контролю, життєстійкість. Інші виділяють такі особистісні риси, як емоційна стійкість, самостійність, сміливість, здатність контролювати власні бажання, адекватність, а також усвідомлення цілей та смислу життя. До особистісних ресурсів переборення стресу відносяться самооцінка, самоповага, самодостатність, позитивне і раціональне мислення, активна життєва установка.

Л.В. Куліков до найбільш вивчених особистісних ресурсів відносить активну мотивацію подолання, ставлення до стресів як можливості отримувати особистісний досвід і можливості особистісного росту [3]. Л.І. Ларіонова та інші вважає, що особистісні риси можуть виступати не тільки в якості ресурсів, але й психологічних бар'єрів, обмежувати можливості використання особистісних ресурсів, вирішення життєвих ситуацій. Відтак, особистісні ресурси грають неоднозначну роль у процесах адаптації. Тому в процесі акультурації вимушених переселенців важливо активізувати позитивний й нейтралізувати негативний характер ресурсів. Також важливим є висвітлення опановуючої поведінки, або копінг-поведінки, що спрямовується на адаптацію до стресових ситуацій, прогнозування стресової ситуації і способів її подолання. Копінг-поведінка дозволяє вимушеному переселенцю забезпечувати підтримку психічного здоров'я та самопочуття.

Отже, вимушений переселенець в процесі адаптації до нового соціокультурного середовища представлений власними особистісними якостями, системою власних спонукань, діяльнісними характеристиками. При цьому потреби лише надають особистісний сенс новим умовам життя.

## ЛІТЕРАТУРА

1. Блинова О.Є. Психологічні чинники стресу акультурації мігрантів. *Наука і освіта: Науково-практичний журнал Південного наукового Центру НАПН України* [гол. ред. О.Я. Чебикін]. 2010. № 3/LXXXX, квітень. С.12–16.

2. Гуменюк Л.Й., Бреус А.О. Соціально-психологічна адаптація вимушених переселенців в Україні. *Науковий вісник ЛДУВС*. 2017. № 2. С. 108-122.
3. Ларионова Л.И. Проблема ресурсного подхода в психолого-педагогической литературе. *Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования*. 2017. Т. 6. № 6А. С. 50-58.
4. Леонова І.М. Теоретичний аналіз проблеми соціально-психологічної адаптації вимушених переселенців в Україні. *Актуальні проблеми соціології, психології, педагогіки*. 2015. №4(29). С. 94-100.
5. Погуляйло Т.О. Ресурсний підхід у дослідженні адаптації внутрішньо переселених осіб у приймаючих громадах України. *Вісник НТУУ «КПІ»*. Політологія. Соціологія. Право. Випуск 1(49). 2021. С. 44-50.
6. Berry IW. Immigration, Acculturation and Adaptation. Ontario. 1996. 321 p.  
Furnham A., Bochner S. Culture Shock: Psychological reactions to unfamiliar environments. L.&N.Y. 1994. 240 p.

**УДК 159**

**Каменіщук Т. Д.**

*кандидат педагогічних наук, старший науковий співробітник  
лабораторії психологічного супроводу дітей з особливими освітніми потребами,  
Український науково-методичний центр практичної психології і  
соціальної роботи*

**Жук Т. В.**

*кандидат психологічних наук, провідний науковий співробітник  
лабораторії психологічного супроводу дітей з особливими освітніми потребами  
Український науково-методичний центр практичної психології і  
соціальної роботи*

## **ОРГАНІЗАЦІЙНІ ПРОБЛЕМИ ЩОДО ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПІДТРИМКИ ДІТЕЙ З ІНТЕЛЕКТУАЛЬНИМИ ПОРУШЕННЯМИ З ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИХ СІМЕЙ**

Важливим, на сьогодні, є чітке розуміння проблеми у відсутності системної психологічної підтримки дітей з інтелектуальними порушеннями з внутрішньо переміщених сімей. Організація допомоги дітям цієї категорії стала новим викликом для фахівців-психологіву місцях їхнього нового проживання. Психологічна підтримка внутрішньо переміщених сімей, останнім часом, отримує все ширший прикладний попит в межах усунення психологічних наслідків, викликаних подіями триваючої війни росії в Україні.